

「人生の深み」前向きに



老いに関する多くの著書がある聖路加国際病院の精神科医、保坂隆さんの話

社会の価値観が多様化する中において、髪に対するとらえ方が多様化するのも当然だ。

かつては「若いことがいい」「若く見えることがいい」という単一価値観の社会だった。しかし今は人生90年の時代に入り、60～70代はまだまだ元気。だから、年を重ねることを円熟や成熟と評価し、白髪について

も「人生の深みが表れている」と前向きにとらえ直されている。

若者がファッションで髪を銀色に染めるなど、髪の色が多様性が社会に受け入れられてきたことも影響しているだろう。

調べ隊 生活

「グレーヘアに憧れ」75%

◆グレーヘアに憧れる理由



主婦の友社が昨年8月、30～80代の女性720人に行った調査によると、75%は「美しいグレーヘアに憧れる」と回答した。理由(複数回答)としては「自然体でよい」「その人が美しく見えるから」などが多かった。

ただ一方で、8割が「白髪を染めている」「将来染める」と回答しており、理想と現実のギャップもあることがうかがわれた。

すてきな老い方の参考

※取材を終えて 今回取材した白髪の女性たちが口々に語ったのは、「若い頃よりも今の方が生き生きと過ごしている」。常に前を向いて「今」を生きているからこそ、言える言葉だろう。

記者も間もなく45歳。すてきな老い方ができるよう、女性たちの生き方を参考にしたい。